

3/12
(日)

あしいく
足育講座

知ると変わる！足は成長の土台

「もっと早く知りたかった」

去年今年と参加者から大好評！

みやざき^{あしいく}足育センター成田あす香さんによる
親子で参加できる足育講座 を開催します。

①0～6歳の足育講座

「心身の成長を支える足育」

日時：2023年3月12日（日）10:30～12:00

場所：Katerie 2階大会議室

参加費：無料（要事前申込）

*お子さんは同じ部屋にて見守りします。

②足の計測会

「自分の足を知ろう」

日時：2023年3月12日（日）13:00～15:00

場所：Katerie 2階大会議室

参加費：一人500円（約15分・要事前申込）



あし いく

足育って？

何にいいの？

いい靴って？

家でできるの？

「足育」とは、子どもの足を守り育むこと。

幼少期に「足を育てる」ことで、
運動能力のアップはもちろん、
姿勢や身体のゆがみを防ぎ、
脳の発達や基礎体力を上げ、
やる気・集中力・情緒の安定に繋がるとしたら、
人生の後半まできちんと動ける身体が作れるとしたら、

お子さんの育ちに大切なこと、一緒に学びませんか。
ご自分の足も、一度じっくり見てみませんか。

今回は、毎年好評の、子ども期の足育講座です。
足や身体が出来上がる時期だからこそ配慮すべきことや、
足を守る靴の履き方など、実践しながら学べます。

宮崎県内でたくさんの親子を指導してきた成田あす香さん
に直接お話や足の計測をしてもらえるチャンス！！

以前参加してくださった方も大歓迎！
みんなで楽しく学んで、足育しましょう♪



早く知りたかった！
たくさんの人に知ってほしい！
夫婦で聞いて、わかりやすい！
親子で聞いて楽しかった！
子どもと自分のためになった！



椎葉では講座3回計測会2回
を実施しました♪

講師



成田あす香さん

みやざき足育センター代表
保育士 足育アドバイザー
おむつなし育児アドバイザー
足育クラス 出張講座など

神奈川県川崎市出身。
体育は幼稚園の頃から苦手で大嫌いなのに
木登りや雑木林の散策は大好き、
という子ども時代を過ごす。
出産を機に子育て仲間の母親たちと
野外自主保育やわらべうたの会を立ち上げ、
当事者による子育て支援活動を行う。

2010年に宮崎県綾町へ移住。
保育士の資格を取得後、
子育てサロンでわらべうたやリズム遊びを教える。

2013年に足育アドバイザー®資格を取得。
幼稚園・保育園での足育講座や
その後立ち上げたみやざき足育センターにて
子育て世代からの相談を受付中。3児の母。



070-5576-3987
bunbukiju@gmail.com
いけだ



申込みはこちら >>

足育講座・足の計測会の
申し込みは
右のQRコードからお願いします。

